



Tekst i zdjęcie: **iva78** - Kucharz (795)

Kotlety mielone z kapustą

Proponuje z dodatkiem surówek

Składniki:

- bułka tarta , 2 dag
- gałka muskatołowa, 1 szczypta
- pieprz, 1 szczypta
- sól, 1 szczypta
- tłuszcz, 1 łyżk.
- jajka, 1 szt.
- kapusta głowiasta biała , 40 dag
- mielone mięso, 20 dag

Sposób przygotowania:

Kapustę drobno poszatkowaną odgotować w małej ilości wody, a kończąc gotowanie — odparować. Cebulę podsmażyć lekko w tłuszczu. Kapustę, cebulę i mielone mięso przepuścić przez maszynkę do mięsa. Do masy dodać jajo, tartą bułkę, przyprawy do smaku, wyrobić. Masę podzielić na 4 porcje, uformować kotlety, oprószyć tartą bułką i smażyć na rumiany kolor. Podawać z dodatkiem ziemniaków i surówką z marchwi i jabłek.

